

## DUCHOWY WYMIAR ZDROWIA CZŁOWIEKA. PRÓBA NAKREŚLENIA NIEKTÓRYCH MOŻLIWOŚCI INTERPRETACYJNYCH

### Wstęp

Angielski historyk Christopher Dawson zauważył kiedyś wnikliwie, że „jeśli nie odnajdziemy sposobu na odnowienie kontaktu pomiędzy naszym życiem społecznym a życiem duchowym, nasza cywilizacja zostanie zniszczona przez siły, które posiadają wiedzę odpowiednią do tego, by tworzyć, ale nie mają mądrości, by kierować” (Dawson 1944, s. 8). Czy Dawson miał rację? Co więcej, czy możemy uznać jego diagnozę za trafną, odnosząc ją zarówno do tworzącej się na naszych oczach cywilizacji *globalnej wioski*, jak i jej szczegółowego, a przecież fundamentalnego problemu, czyli zdrowia człowieka? A ujmując rzecz bardziej konkretnie: czy postulowana przez Dawsona ścisła więź między życiem społecznym a życiem duchowym, którego celem jest przejście od wiedzy, która poprzez technikę tworzy, do mądrości, która kieruje, jest jakąś odpowiedzią na pytanie o warunki dynamicznego i wielopłaszczyznowego procesu, jakim jest ludzkie zdrowie?

Celem niniejszego rozdziału jest zarówno pozytywna odpowiedź na to pytanie, jak i jej uzasadnienie. Jest ona pozytywna z uwagi na to, że obecnie zdrowie człowieka rozumie się jako „proces autokreacji w interakcji z wymaganiami otoczenia” (Wrona-Polańska 2003, s. 26). Jest to tzw. koncepcja holistyczno-funkcjonalna i salutogenetyczna zdrowia ludzkiego. Wymaga to „od człowieka twórczego myślenia, świadomego i odpowiedzialnego podejmowania decyzji i kreowania życia, sprzyjającego utrzymaniu harmonii wewnątrz organizmu, a także harmonijnego współżycia z otoczeniem społecznym oraz mądrego wykorzystania i pomnażania własnych zasobów dla utrzymania i podnoszenia poziomu zdrowia” (Wrona-Polańska 2003, s. 26). Trudno zaś nie zauważyć, że wymienione wyżej elementy są wyrazem duchowego dynamizmu człowieka. Zatem życie duchowe jawi się jako możliwy, a nawet konieczny fundament zgeneralizowanych zasobów odpornościowych człowieka. Stałe ich pomnażanie jest warunkiem utrzymania i podnoszenia poziomu zdrowia ze względu na czynniki patogenne, czyli stresory (por. Wrona-Polańska 2003, s. 25).

Wszystko to wskazuje na konieczność interdyscyplinarnego podejścia do problematyki zdrowia człowieka. Każdy bowiem rodzaj refleksji dotyczącej człowieka znajduje tu swoje miejsce i znaczenie. Należą do nich także nauki humanistyczne, takie jak: filo-

zofia, teologia, historia porównawcza religii, fenomenologia religii czy socjologia. Właśnie niektóre wyniki ich badań, połączone w nieco upraszczającej syntezie, można odnieść do kwestii zdrowia rozumianego jako proces duchowej aktywności człowieka.

## 1. Filozoficzne rozumienie duchowości człowieka

*Duch* oznacza ludzką zdolność do refleksji, leżącą u podstaw wszelkiego odkrycia; „nie jest on właściwością, lecz »aktem«, którego obecność intuicyjnie odczuwamy za każdym razem, gdy uda nam się coś zrozumieć” (Julia 1992, s. 75). Zatem twórcze myślenie, świadome i odpowiedzialne podejmowanie decyzji oraz kreowanie życia, w rozumieniu filozoficznym są wyrazem ludzkiego ducha, który budzi się wobec przednaukowego powszedniego doświadczenia w sensie pierwotnego bycia-w-świecie (por. Anzenbacher 2003, s. 20).

Jaki jest jednak cel takiej duchowej aktywności i co ona konkretnie oznacza? Zmarły nestor polskich filozofów, S. Swieżawski (1907–2004) twierdził, że jej celem jest przejście od wiedzy do mądrości, która zgodnie z łacińską dewizą *sapientis est ordinare* (być mądrym to porządkować) polega na tym, „żeby z bardzo licznych, bardzo bogatych i wartościowych elementów czynić jakiś harmonijny, logiczny, sensowny zespół” (Iwanicki, Rakowski, Wojtysiak 2001, s. 17). Natomiast sposobem realizacji takiej duchowej aktywności jest kontemplacja przyrodzona/naturalna (artystyczna, filozoficzna, naukowa) oraz nadprzyrodzona. Jej źródłem jest obecna w każdym człowieku potrzeba poszukiwania sensu, któremu towarzyszą cztery podstawowe pytania sformułowane przez I. Kanta: „Co mogę wiedzieć? Co powinienem czynić? Czego wolno mi się spodziewać? Czym jest człowiek? Na pierwsze pytanie odpowiada metafizyka, na drugie etyka, na trzecie religia, a na czwarte antropologia” (Kant 2003, AA IX, 24 i n.). W wersji zaproponowanej przez Jana Pawła II pytania te mają następującą postać: „Kim jestem? Skąd przychodzę i dokąd zmierzam? Dlaczego istnieje zło? Co czeka mnie po tym życiu?”. Jest tak, dlatego że „Wezwanie »poznaj samego siebie« wyryte na architrawie świątyni w Delfach, stanowi świadectwo fundamentalnej prawdy, którą winien uznawać za najwyższą zasadę każdy człowiek, określając się pośród całego stworzenia właśnie jako »człowiek«, czyli ten, kto »zna samego siebie«” (Jan Paweł II 1998, nr 1).

Pytania te budzą wspomnianą już aktywność duchową, która określana mianem kontemplacji (gr. *theoria*), oznacza spokojny, wnikliwy, wszechstronny ogląd i wsłuchiwanie się w rzeczywistość (por. Iwanicki, Rakowski, Wojtysiak 2001, s. 11 i 27). Podczas tego duchowego procesu człowiek staje się sobą, gdyż rodzą się w nim pewne pożądane postawy intelektualne, egzystencjalne i etyczne.

Francuski historyk filozofii P. Hadot pisze w tym kontekście, że filozofia jest „ćwiczeniem duchowym” w znaczeniu budzenia i kształtowania życia duchowego człowieka (por. Hadot, 2003). Oznacza to, że wedle ducha filozofii grecko-rzymskiej, myśleć to nie tylko *wiedzieć* w znaczeniu poznania, badania, dociekania materialnej prawdy, ale przede wszystkim „uczyć się życia, uczyć się rozmowy, uczyć się śmierci, uczyć się czytania”; to po prostu „konwersja i metanoia” w znaczeniu etycznym (por. Domański 2003, s. 323). Czyli celem uprawiania filozofii w duchu antycznym jest przechodzenie od wiedzy do mądrości, gdyż filozofia to sposób życia. W ten sposób realizowano *paideię*,

grecki ideał wychowania, wnikliwie opisany przez niemieckiego filologa i historyka starożytności W. Jaegera (por. tenże 2001).

Jednak, zdaniem znawców przedmiotu, później ta funkcja psychagogiczna (kształtowania duszy), pedagogiczna i terapeutyczna uprawiania filozofii jako kontemplacji naturalnej ulega zapomnieniu. Dla filozofii średniowiecznej najważniejsze jest dociekanie i poznawanie prawdy w znaczeniu teoretycznym, *praxis* zostawiano etyce, teologii i mistyce. Model uniwersytetu scholastycznego działający do XVIII wieku oznacza tylko wspólnotę profesorów profesjonalistów. P. Hadot zauważa, że „Nauczanie nie jest już kierowane do ludzi, których chce się kształtować jako ludzi właśnie, lecz do specjalistów, by umieli kształcić przyszłych specjalistów” (Hadot 2003, s. 296). Od XVI do XVIII wieku filozofia prawdziwie twórcza, np. Kartezjusza, Spinozy, Malebranche’a czy Leibniza, rozwija się poza uniwersytetem. Dopiero „od końca XVIII wieku na uniwersytet wchodzi nowa filozofia w osobach Wolffa, Kanta, Fichtego, Schellinga i Hegla. Odtąd jest z nim nierozzerwalnie związana, jak widać na przykładzie Bergsona, Husserla czy Heideggera; wyjątki są rzadkie: Schopenhauer, Nietzsche” (Hadot 2003, s. 296–297). Jednak filozofia współczesna na różne sposoby podejmuje pewne egzystencjalne wątki filozofii antycznej i chce przekształcać życie swoich adeptów, niekiedy w sposób bardzo radykalny, żeby wspomnieć chociażby tylko K. Marksa.

Tymczasem, według koncepcji klasycznej, uprawianie filozofii jako ćwiczenia duchowego oznacza przecież *miłość mądrości*, czyli *naukę życia*, *naukę rozmowy*, *naukę śmierci* oraz *naukę czytania*.

Celem pierwszego ćwiczenia jest konwersja, przejście „ze stanu życia nieautentycznego, przyćmionego nieświadomością, nękanego troską, do stanu życia autentycznego, w którym człowiek osiąga samoświadomość, precyzyjne widzenie świata, wewnętrzny pokój i wolność” (Hadot 2003, s. 13). Uprawiane filozofii jest tu nade wszystko leczeniem namiętności, które deformują ludzkie postrzeganie wartości; jest przechodzeniem do takiego widzenia rzeczywistości, które jest zgodne z jej uniwersalną naturą. A dokonuje się to właśnie poprzez ćwiczenia duchowe, które są rodzajem terapii filozoficznej. Należą do nich następujące rodzaje aktywności duchowej: uwaga, medytacja i wspomnienie tego, co dobre, następnie ćwiczenia bardziej intelektualne (poszukiwanie, pogłębione badanie, lektura, słuchanie), wreszcie najbardziej aktywne ćwiczenia, zmierzające do wytworzenia nawyków panowania nad sobą, spełniania obowiązków, obojętności na rzeczy obojętne (por. Hadot 2003, s. 17).

Z kolei *nauczyć się rozmawiać* to ćwiczyć się w dialogu sokratejskim, w którym najważniejsze jest nawet nie to, *co się mówi*, ale to, z kim się mówi. Jest on dokonywanym w relacji z innym badaniem własnej świadomości, którego celem jest owo słynne *gnothi se auton* (poznaj samego siebie), jako będącego w drodze ku mądrości, albo siebie w istocie, prawdzie metafizycznej i ontycznej, albo siebie w swym prawdziwym stanie moralnym, poprzez badanie sumienia (por. Hadot 2003, s. 33–34). Korzyścią z tak uprawianej filozofii jest umiejętność wewnętrznej rozmowy z samym sobą, gdyż, „Ten tylko, kto zdolny jest do prawdziwego spotkania z innymi, zdolny jest do prawdziwego spotkania z samym sobą; twierdzenie odwrotne jest również prawdziwe” (Hadot 2003, s. 36). Wzorcem są tu dialogi platońskie, w których najważniejsza jest metoda, sposób prowadzenia rozmowy, a zatem psychagogia, retoryka i dialektyka. Ich celem jest prawda i dobro oraz odwrócenie duszy od tego, co materialne.

Z poprzednim ćwiczeniem łączy się kolejne, którym jest *nauczyć się umierać*: kto bowiem pozostaje wierny logosowi, ryzykuje własną śmierć. Jak Sokrates, „który przedłożył Dobro nad byt, sumienie i myśl nad życie swego ciała” (Hadot 2003, s. 42). Bo „Ćwiczyć się w umieraniu to ćwiczyć się w umieraniu swojej indywidualności, swoich namiętności, w postrzeganiu rzeczy w wymiarze powszechności i obiektywizmu. Oczywiście, że ćwiczenie takie zakłada skupienie myśli na niej samej, wysiłek medytacji, dialog wewnętrzny” (Hadot 2003, s. 43). Jak w tym miejscu nie przytoczyć znamiennej rady Epikteta: „Śmierć i wygnanie, i wszelkie inne nieszczęścia, których już samo wyobrażenie grozą przejmując, niech zawsze stoją ci przed oczyma, a już najbardziej z wszystkiego – godzina śmierci. W ten sposób ani nie będziesz nigdy snuł w myśli nikczemnych zamierzeń, ani też niczego nie będziesz zbyt gorąco pożądał” (Epiktet 2000, par. 21).

I wreszcie ostatnie ćwiczenie to *nauczyć się czytać*. O co tu chodzi? Otóż starożytne teksty filozoficzne są zapisem żywej myśli, która jest owocem nigdy nie zakończonej kontemplacji tego, co jest, kontemplacji uwarunkowanej egzystencjalnie. Są one filozoficzne to znaczy są zapisem procesu miłowania mądrości, dążenia do niej, a nie jej osiągnięcia. Są właśnie ćwiczeniem się w myśleniu, a nie tylko teoretycznym i abstrakcyjnym wykazem gotowych prawd. Ich egzegeza polega na tym, żeby „zatrzymać się, uwolnić od swych trosk, wrócić do siebie samych, odłożyć na bok swoje poszukiwania subtelności i oryginalności, medytować spokojnie, przetrwać, pozwalać tekstom, by do nas mówiły” (Hadot 2003, s. 68). A wszystko to w celu odkrycia istoty tej duchowej aktywności, jaką jest myślenie filozoficzne. Jak bowiem zauważa H. Bergson, „Istotą filozofii jest duch prostoty (...) powikłanie jest tylko powierzchowne, konstrukcja dodatkiem, synteza pozorem: filozofowanie jest aktem prostym” (Bergson 1963, 92–93).

Na koniec postawmy proste pytanie: czy przedstawione wyżej filozoficzne rozumienie duchowej aktywności, jaką jest twórcze myślenie i świadome oraz odpowiedzialne podejmowanie decyzji, może nam, ludziom XXI wieku pomóc w promocji własnego zdrowia? W odpowiedzi zacytujmy, kogoś, kto jeszcze w XX wieku wyrażał swoje pragnienia w następujący sposób:

„Wzlatywać codziennie! Choćby na chwilę, która może być krótka, byle była intensywna. Codzienne »ćwiczenie duchowe« – samemu albo w towarzystwie człowieka, który też chce się udoskonalić. Ćwiczenia duchowe. Wyjść poza trwanie. Starać się wyzbyć własnych namiętności, próżności, żądzę rozgłosu wokół swego imienia (która od czasu do czasu chwyta jak chroniczna choroba). Porzucić obmowę. Wyzbyć się litości i nienawiści. Kochać wszystkich ludzi wolnych. Unieśmiertelnić się, przekraczając samego siebie.

Ta praca nas sobą jest konieczna, ta ambicja słuszna. Liczni są ci, których pochłania całkowicie wojująca polityka, przygotowania do rewolucji społecznej. Nieliczni, bardzo nieliczni ci, którzy przygotowując rewolucję, chcą stać się jej godni” (Friedmann 1970, s. 359).

## 2. Na tropie religijnej interpretacji ludzkiej duchowości

Filozoficzna interpretacja aktywności duchowej człowieka domaga się dopełnienia w postaci hermeneutyki duchowości obecnej w tradycjach religijnych, oddziałujących na mentalność człowieka Zachodu. Oczywiście, przedmiotem naszego zainteresowania będzie chrześcijaństwo, judaizm, islam i buddyzm. Wśród wielu motywów uzasadniająca-

cych obrany tu *modus procedendi*, należy wymienić jeden, zaczerpnięty z socjologii religii, która obecnie weryfikuje swe dotychczasowe hipotezy dotyczące skutków sekularyzacji kultury zachodniej. Przyjmowano bowiem za pewnik, że zmniejszanie się wpływów instytucji religijnych oznacza absolutny zanik religijnych interpretacji życia i rzeczywistości, a przez to „sekularyzację świadomości” (Bowen 2005, 16–17). Nie wchodząc w szczegóły tej aktualnej i wielowątkowej dyskusji, należy stwierdzić, że chociaż obserwujemy zjawisko sekularyzacji świadomości człowieka Zachodu, „Zainteresowanie tym, co religijne, zda się bardziej rozpowszechnione, niż można by o tym myśleć w oparciu o liczby związane z praktyką eklezjalną” (Verhack 2006, s. 80). Dlatego należy brać pod uwagę dwa typy religijności: poszukującą religijność ludzi, którzy *believe without belonging* (wierzą bez przynależności, tworząc pewną „wspólnotę samotności” (Emberley 2002, s. 16) oraz religijność wiernych jakiegoś Kościoła czy tradycji religijnej (Verhack 2006, s. 80–81).

Wszystko to wskazuje na fakt, że duchowość interpretowana religijnie jest przedmiotem doświadczenia wielu ludzi bądź pozytywnie (jako propozycja realizowana we własnym życiu), bądź negatywnie (jako odrzucenie modeli tradycyjnych na rzecz własnych poszukiwań). Skłania to do podjęcia próby jej interpretacji w odniesieniu do ludzkiego zdrowia, którego holistyczno-funkcjonalna i salutogenetyczna definicja zawiera w sobie wymóg duchowej aktywności człowieka (twórcze myślenie, świadome i odpowiedzialne podejmowanie decyzji) oraz interakcję z otoczeniem społecznym. Czy zatem doświadczenie religijne może mieć pozytywny wpływ na duchowość człowieka, a przez to na poziom jego zdrowia?

## 2.1. Doświadczenie religijne a doświadczenie duchowe

Religioznawcy pojmują duchowość jako wewnętrzne działanie człowieka ukierunkowane na świat wartości religijnych. Stąd duchowość w sensie ścisłym oznacza uświadomienie, dopełnienie i uaktualnienie doświadczenia religijnego. Polega ona na przełożeniu doktryny religijnej (lub jej elementów) na symbole i uczucia oraz nadaje pojęciom religijnym określoną wartość i ładunek emocjonalny (Maciuszko 2003). Pojawia się więc tu pojęcie doświadczenia, o którym H.G. Gadamer pisał, że jest *einer der unaufgeklärtesten Begriffe* – „jednym z najmniej wyjaśnionych pojęć w ogóle” (Gadamer 1960, s. 359). Stwierdzenie to odnosi się w sensie jeszcze mocniejszym do doświadczenia religijnego, które warunkuje duchowość człowieka religijnego. Pomimo to powstają ciągle określenia przybliżające do istoty tego doświadczenia. Jedno z nich mówi, że doświadczenie religijne to „postępowanie religijne, rozjaśnione i ubogacone elementami myśli, ożywione bodźcami wolitywnymi o religijno-etycznym charakterze i wypełnione emocjonalną namiętnością. Stanowi je wszystko to razem wzięte, a nie którykolwiek z tych elementów brany z osobna” (Lang 1959, s. 60). Duchowym i religijnym staje się wtedy, gdy jest procesem integralnego doznania ludzkiego, czyli interioryzacją zdeteminowaną relacją pomiędzy człowiekiem a przedmiotem wiary (Sicari 1999, s. 24).

Wynika z tego, że w doświadczeniu duchowym poddanym religijnej interpretacji chodzi o pewien *logos*, czyli sens i uwarunkowany nim *ethos*, czyli postępowanie, działanie. Przy czym *logos* oznacza tu cel, kierunek autotranscendencji człowieka, a *ethos* to sposób tego samoprzekraczania się. Duchowość łączy oba te pojęcia, gdyż oznacza zarówno to, co „poza”, „ponad” człowiekiem, jak i to, co w człowieku jest pewną możli-

wością autotranscendencji, jako „serce, dusza, wewnętrzność, zdolność do relacji z Sacrum” (Louth 2002, s. 1116). W ten sposób realizuje się *religio*, czyli więź człowieka z Sacrum/Innym i innymi, jeśli słówko *religio* wywodzimy za J. Tischnerem z łac. czasownika *religare*, który znaczy: *związać ponownie, przywiązać, znowu łączyć, wiązać, umocnić* (Tischner 1991, s. 325). Lecz zdaniem wielu jest to więź, która oznacza zarazem radykalną bliskość i radykalną separację oraz dystans. Warto w tym miejscu przywołać definicję religii autorstwa E. Levinasa: „Otóż taką relację między bytem ziemskim, bytem stąd, a bytem transcendentnym, która nie prowadzi do żadnej wspólnoty pojęcia ani do żadnej całości, nazywamy religią” (Levinas 1998, s. 81). W ten sposób fenomenologia duchowości jako faktu religijnego tłumaczy więź pomiędzy *logosem* a *ethosem*, pomiędzy *Sacrum* a człowiekiem. Nie ma tu możliwości utożsamienia poprzez utratę odrębności osobowej, a doskonałość religijno-moralna okazuje się zawsze drogą, nigdy osiągniętym tu i teraz kresem. Uwaga ta wydaje się konieczna ze względu na możliwą deformację duchowości religijnej w postaci np. patologicznej próby przeobstwienia czy schizofrenicznego mesjanizmu (Janus 2004, s. 121–156).

W tym kontekście szczególne znaczenie należy przypisać stwierdzeniu C.M. Martiniego, że „duchowość ludzka podlega czterem podstawowym zasadom: bądź uważny, bądź rozsądny, bądź odpowiedzialny oraz podejmij ryzykowną walkę o to, co wydaje ci się sprawiedliwe i prawdziwe” (Martini 1999, s. 33). Odniesione do rozumianej religijnie aktywności duchowej człowieka, stają się praktycznymi regułami myślenia i działania, także w procesie promocji zdrowia. Dotyczą one, zgodnie z przyjętym w socjologii religii podziałem, zarówno ludzi, których poszukująca religijność nie jest zakorzeniona w żadnej tradycji religijnej, jak i tych, którzy są wyznawcami jednej z czterech wybranych wielkich religii świata: chrześcijaństwa, judaizmu, islamu i buddyzmu.

W tym momencie należy zauważyć zasadniczą trudność, która jest udziałem każdego badacza wielowątkowej i zróżnicowanej treści religijno-duchowej obecnej w wybranych tradycjach. Jak w sposób syntetyczny przedstawić ich wkład w duchowy wymiar promocji zdrowia?

Przyjęta tutaj metoda prezentacji zagadnienia ma swoje źródło w trzech zasadach. Pierwszą jest dążenie do twórczej syntezy, której celem jest ukazanie tego, co wspólne w duchowości kształtowanej przez cztery wielkie religie świata, jednak bez pomijania tego, co różne. Mottem jest tu maksyma przypisywana wielkiemu myślicielowi chrześcijańskiemu, Tomaszowi z Akwinu: *multa affirma, pauca nega, frequenter distinguere* (wiele przyjmuj, mało neguj, często rozróżniaj). Drugą zasadą jest katolicka koncepcja tzw. *semina Verbi* (ziaren logosu/prawdy), która w ten sposób afirmuje inne tradycje religijne, dopatrując się w nich tego, „co jest ludziom wspólne i co prowadzi ich do dzielenia wspólnego losu” (Sobór Watykański II 1965, nr 1). Różne religie jawią się tu zatem jako drogi poszukiwania odpowiedzi na pytania: „Czym jest człowiek, jaki jest sens i cel naszego życia, co jest dobrem, a co grzechem, jakie jest źródło i jaki jest cel cierpienia, na jakiej drodze można osiągnąć szczęśliwość, czym jest śmierć, sąd i wymiar sprawiedliwości po śmierci, czym wreszcie jest owa ostateczna i niewysłowiona tajemnica, ogarniająca nasz byt, z której bierzemy początek i ku której dążymy” (tamże). Na płaszczyźnie naukowego religioznawstwa koncepcja ta rodzi następujące wskazanie „Wszystko to, co nazywamy religią, tworzy – mimo różnic i niezgodności – pewną spójną wielkość, która musi być jednolicie badana przez naukę” (Soederblom 1913, s. 77). Trzecią zasa-

da, porządkującą sposób niniejszej prezentacji są pytania o *logos/sens* i *ethos*/postępowanie, które tworzą duchowość religijną człowieka.

## 2.2. Koncepcje Sacrum i człowieka

Fundamentem duchowości religijnej jest pojęcie *Sacrum*/Absolutu jako wartości nadrzędnej kształtującej świadomość człowieka i jego dążenie do autentyczności w znaczeniu doskonałości religijno-moralnej. W religiach monoteistycznych, czyli w judaizmie, chrześcijaństwie i islamie jest ono pojmowane teistycznie: Bóg nazywany jest Jahwe, Trójcą Świętą (Ojcem, Synem i Duchem Świętym), która najpełniej objawiła się w Jezusie Chrystusie, oraz Allachem, czyli Jedynym. W buddyzmie *hinajana* albo nie mówi się o Bogu/bogach, ale o bezosobowym prawie *karmana*, albo w buddyzmie *mahajana* ubóstwia się założyciela Buddę i jego wcielenia (bodhisatwów i dżinów).

Tym, co wspólne w analizowanych tradycjach religijnych, jest zatem przasada rzeczywistości, która kształtuje światopogląd wyznawców, a poprzez proponowany kult i *ethos* kształtuje ich hierarchię wartości religijnych, intelektualnych i moralnych. Wszystko to sprawia, że *Sacrum*/Absolut staje się zasadniczym punktem odniesienia dla duchowej aktywności człowieka, oczywiście w różnym stopniu, zależnie od uwarunkowań indywidualnych i społeczno-kulturowych. Wpływa zatem na codzienne życie człowieka, a więc także na wieloraki proces wzmacniania bądź osłabiania jego zasobów odpornościowych.

Informacja o *Sacrum* zawarta jest w Objawieniu zapisanym w świętych księgach (Biblia hebrajska, Biblia chrześcijańska Starego i Nowego Testamentu, muzułmański Koran oraz buddyjskie Tipitaka i Tripitaka). Są one albo zapisem działania Boga w historii (Biblia), albo zapisem jednostkowego bądź wspólnotowego doświadczenia religijnego przekazanego wprost wybranym do tego ludziom. We wszystkich tradycjach religijnych istnieje proces interpretacji świętych ksiąg. Tym samym wpływa on na intelektualną aktywność człowieka; jego celem jest zarówno ujawnienie absolutnych, czyli powszechnych i niezmiennych norm religijno-moralnych, jak i ich uwarunkowanej historycznie interpretacji, co oznacza twórczą interakcję z otoczeniem.

Człowiek według trzech tradycji monoteistycznych jest stworzeniem Boga, któremu winien on jest bojaźń i posłuszeństwo, realizowane zgodnie z objawionym i interpretowanym prawem boskim (głównie islam i judaizm) lub poprzez osobowy związek człowieka z Bogiem poprzez miłość i dążenie do zjednoczenia z Bogiem (głównie chrześcijaństwo). Buddyzm postrzega człowieka jako istotę poddaną cierpieniu, którego źródłem są wszelkie pragnienia i pożądania. Stąd ich stłumienie jest celem buddysty na drodze właściwego poznania, usposobienia, mowy, postępowania, zmiany życia, zatopienia się w sobie.

Zatem każda z tych religii proponuje człowiekowi jakąś formę samorozumienia, zarówno tu i teraz (immanencja), jak i po śmierci (poza czasem i światem – transcendentja). Dlatego wspomniane religie określają jakiś ostateczny, umiejscowiony w przyszłości pozaświatowej, cel. W religiach monoteistycznych jest to *zbawienie* poprzez kształtowanie osobistej i wspólnotowej więzi z Bogiem. W buddyzmie celem tym jest indywidualne oświecenie, którego kresem jest *nirwana*, rozumiana albo jako unicestwienie, albo nieokreślona wieczna szczęśliwość. Stąd każda z religii formułuje pewien *ethos* rozumiany jako droga osiągania celu wyznaczonego przez religijny *logos*, czyli sens

*Sacrum* i człowieczeństwa w wymiarze indywidualnym i społecznym (Buerkle 1998, s. 143–160, 177–197; Kościelniak 2006, s. 67–237).

### 2.3. *Dynamiczna duchowość, czyli ethos zakorzeniony w religii*

*Ethos* pojmowany tutaj jako duchowa (rozumna i wolna) aktywność religijno-moralna, realizuje się zarówno w kulcie (działania zwrócone bezpośrednio do *Sacrum*), jak i moralności (działania kierowane do człowieka i społeczeństwa, a pośrednio do *Sacrum*). Do wspólnych praktyk kultycznych zaliczamy tu medytację i kontemplację rzeczywistości (nurt mistyczny), opartą na poznaniu ksiąg świętych, z których bierze się *mantrę* (krótką formułę powtarzaną wielokrotnie), modlitwę, obrzędy religijne, jak np. posty, rytuały jedzenia i zachowania, święta, pielgrzymki, obrzędy inicjacji w wiarę (chrześcijańskie sakramenty, judaistyczne obrzezanie czy *bar-micwa*), zbiegające się z ważnymi momentami życia wiernego, jak: narodziny, dojrzewanie, wybór stanu życia – małżeństwo, bycie kapłanem, mnichem itp.

Każda z analizowanych religii ustala również i przedkłada wiernym jakieś kodeksy zawierające zasady, normy i reguły moralnego postępowania, podane zarówno w formie negatywnej, jak i pozytywnej. I obwarowuje je sankcjami doczesnymi i eschatologicznymi. W ten sposób wpływa na rodzaj i jakość podejmowanych decyzji życiowych i ukazuje konkretne sposoby wiodące do pożądanego działania. Wspólnym dla chrześcijaństwa i judaizmu kodeksem religijno-moralnym jest Dekalog, w chrześcijaństwie interpretowany w świetle Jezusowego Kazania na górze. W buddyzmie obowiązuje pięć zakazów (zabijania istot żywych, kłamstwa, kradzieży, niedozwolonych stosunków płciowych i używania napojów odurzających). Z kolei każdy muzułmanin zobowiązany jest do zachowania pięciu obowiązków (filarów islamu, czyli poddania się Bogu): wyznania wiary w jednego Boga, modlitwy, postu, jałmużny oraz pielgrzymki. Wszystkie te tradycje religijne proponują także katalogi poświadczonych postaw moralnych, czyli cnót, które umożliwiają odpowiednie relacje z *Sacrum*, poszczególnymi ludźmi, jak również we wspólnotach wyznawców (chrześcijańskim Kościele, narodzie żydowskim, islamskiej *umma* czy buddyjskiej *sangha*) oraz ze światem (Kościelniak 2006, s. 67–237; Morgan, Lawton 2007).

Wszystko to sprawia, że myślenie i działanie konieczne dla utrzymania i podnoszenia poziomu zdrowia może być pozytywnie warunkowane przez religijnie rozumianą duchowość człowieka. Pomimo obserwowanych różnic w koncepcji *Sacrum*, człowieka czy religijnie motywowanej moralności, wybrane tradycje religijne jawią się jako źródła duchowej energii, zdolnej pomóc człowiekowi zarówno w zdrowiu, jak i w chorobie, a także w chwili śmierci. Na potwierdzenie tego faktu można przytoczyć zarówno świadectwa poszczególnych osób, jak i teoretyczne koncepcje służące podtrzymaniu zdrowia czy zniesieniu cierpienia, choroby i śmierci. Zaliczyć do nich należy także praktyczne dokonania w dziedzinie medycyny, opieki nad chorymi czy promocji zdrowia, obecne w historii każdej z analizowanych religii (Klocker, Tworuschka 2002, s. 147–154; Medycyna a prawa człowieka 1996, s. 33–53). Pod jednym wszakże warunkiem: autentyzmu, którego punktem wyjścia, ale i dojścia jest prostota. Jak trafnie zauważył kiedyś J. Tischner: „kto chce zrozumieć naturę wiary religijnej, niech będzie przygotowany na spotkanie z prostotą. Trudność rozumienia nie polega bowiem na tym, że wiara jest złożona, a my prości, ale na tym, że my powikłani, a wiara prosta” (Tischner 2006, s. 9).



## Zakończenie

Wielowymiarowy proces utrzymania i podnoszenia poziomu zdrowia człowieka wymaga interdyscyplinarnego dialogu różnych rodzajów refleksji antropologicznej. Już dokonany, odsłania ciągle nowe pokłady możliwości interpretacyjnych. Pozostaje mieć nadzieję, że filozoficzna i religijna interpretacja duchowego wymiaru zdrowia człowieka, której szkic został przedstawiony, wpisuje się w ów dialog, a budząc oczywisty niedosyt, otwiera kolejne pola teoretycznej i praktycznej aktywności w tej kwestii.

## Bibliografia

- Anzenbacher A. (2003), *Wprowadzenie do filozofii*, tłum. J. Zychowicz, Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Bergson H. (1963), *Mysł i ruch*, tłum. P. Beylin, K. Bleszyński, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bowen K. (2005), *Christians in a secular world. The Canadian Experience*, Montreal–Kingston: McGill-Queen's Press – MQUP.
- Buerkle H. (1998), *Człowiek w poszukiwaniu Boga. Problem różnych religii*, tłum. M.E. Kowalska, Poznań: Pallotinum.
- Dawson Ch. (1944), *Religion and Mass Civilization – The Problem of the Future*, „The Dublin Review 213”, nr 428.
- Domański J. (2003), Posłowie, w: P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, 321–328, tłum. J. Domański, Warszawa: Fundacja Aletheia.
- Emberley P. 2002, *Divine Hunter: Canadians Walkabout*, Toronto: Harper Collins Publisher Canada.
- Epiktet (2000), *Enchiridion*, w: P. Hadot, Manuel d'Epictet, Le Livre de poche, Paris.
- Friedmann G. (1970), *La Puissance et la Sagesse*, Paris: Gallimard.
- Gadamer H.G. (1960), *Wahrheit und Methode*, Tuebingen: J.C.B. Mohr (Siebeck).
- Hadot P. (2003), *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. J. Domański, Warszawa: Fundacja Aletheia.
- Iwanicki M., Rakowski T., Wojtysiak J. (2001), *Sukces nieważny, czyli z profesorem Stefanem Świeżawskim rozmowy o kontemplacji*, Tarnów: Biblos.
- Jaeger W. 2001, *Paideia. Formowanie człowieka greckiego*, tłum. M. Plezia, H. Bednarek, Warszawa: Fundacja Aletheia.
- Jan Paweł II 1998, *Encyklika Fides et ratio. O relacjach między wiarą a rozumem*, Watykan
- Janus D. 2004, *Psychopatologia a religia. Strukturalne zbieżności pomiędzy zaburzeniami psychicznymi a religią*, Warszawa: Enetheia.
- Julia D. (1992), *Słownik filozofii*, tłum. K. Jarosz, Katowice: „Książnica”.
- Kant I. (2003), *Gesammelte Schriften*, IX Bd, s. 24, cyt. za: A. Anzenbacher (2003), *Wprowadzenie do filozofii*, tłum. J. Zychowicz, 42, Kraków: WAM.
- Kloecker M., Tworuschka M. i U. (2002), *Etyka wielkich religii. Mały słownik*, tłum. M.M. Dziekan, M. Mejor, P. Pachciarek, Warszawa: Verbinum.
- Kościelniak K. (2006), *Chrześcijaństwo w spotkaniu z religiami świata*, Kraków: Wydawnictwo M.
- Lang A. (1959), *Introduzione alla filosofia della religione*, II, Brescia: Einaudi.
- Levinas E. (1998), *Całość i nieskończoność. Esej o zewnętrżności*, tłum. M. Kowalska, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Louth A. (2002), *Spirituelle (Teologie)*, w: *Dictionaire critique de teologie*, s. 1. d. De J.-Y. Lacoste, Paris: Quadrige/PUF.
- Maciuszko J.T. (2003), *Duchowość*, w: T. Gadacz, B. Milerski (red.), *Religia. Encyklopedia PWN*, t. 3, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Martini C.M. (1999), *Słownik duchowy. Mały przewodnik dla duszy*, tłum. H. Bzikot, Kraków: Wydawnictwo „M”.
- Medycyna a prawa człowieka. Normy i zasady prawa międzynarodowego, etyki oraz moralności katolickiej, protestanckiej, żydowskiej, muzułmańskiej i buddyjskiej* (1996), tłum. I. Kaczyńska, Warszawa: Wydawnictwo Sejmowe.
- Morgan P., Lawton C. (red.) (2007), *Problemy etyczne w tradycjach sześciu religii*, tłum. D. Chabrajska, Warszawa: Pax.
- Sicari A.M. (1999), *Życie duchowe chrześcijanina*, tłum. M. Brzezinka, Poznań: Pallotinum.
- Sobór Watykański II (1965), *Deklaracja „Nostra aetate” o stosunku Kościoła do religii niechrześcijańskich*, w: Sobór Watykański II, Konstytucje. Dekrety, Deklaracje (2002), Poznań: Pallotinum.
- Soederblom N. (1913), *Natuerliche Teologie und allgemeine Religionsgeschichte*, Stockholm und Leipzig.
- Tischner J. (1991), *Polski młyn*, Kraków: Instytut Wydawniczy Księży Misjonarzy „Nasza Przeszłość”.
- Tischner J. (2006), *Rozumieć własną wiarę*, Kraków: Wydawnictwo Znak.
- Verhack I. (2006), *Kościół wobec sekularyzacji świadomości religijnej*, tłum. M. Żerańska, w: *Dramatyczne pytania naszego wieku*, Kolekcja Communio nr 17, Poznań: Pallotinum.
- Wrona-Polańska H. (2003), *Zdrowie jako funkcja twórczego radzenia sobie ze stresem. Psychologiczne mechanizmy i uwarunkowania zdrowia w zawodzie nauczyciela*, Kraków: Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej w Krakowie.